

# **Perehtymiskansio Kemin äitiysneuvolatyöhön**



**2017**

## SISÄLLYS

JOHDANTO .....	3
LAINSÄÄDÄNTÖ JA OHJEISTUS .....	4
TERVEYDENHOITOTYÖN PERUSTA ÄITIYSNEUVOLASSA .....	5
PEREHDYTYS .....	6
TYÖNOHJAUS .....	7
KIRJAAMINEN .....	8
SPAT-KOODIT .....	9
NEUVOLAN TYÖMUODOT JA PERHEVALMENNUS .....	10
PERHEKESKEISYYS .....	11
TERVEYSNEUVONTA .....	12
RAVITSEMUS RASKAUSAIKANA .....	12
LIIKUNTA RASKAUDEN AIKANA JA SYNNYTYKSEN JÄLKEEN .....	13
PÄIHTEET RASKAUDEN AIKANA .....	14
MÄÄRÄAIKAISTARKASTUKSET .....	16
RASKAUSVIIKOILLA 8-10 .....	17
RASKAUSVIIKOILLA 10-12 .....	18
RASKAUSVIIKOILLA 22-24 .....	21
RASKAUSVIIKOILLA 26-28 .....	22
RASKAUSVIIKOILLA 30-32 .....	24
RASKAUSVIIKOLLA 34 .....	25
RASKAUSVIIKOILLA 36-37 .....	26
RASKAUSVIIKOILLA 38-41 .....	28
KOTIKÄYNTI SYNNYTYKSEN JÄLKEEN .....	29
HEIJASTEET ELI REFLEKSIT .....	30
JÄLKITARKASTUS .....	31
ÄITIYSPOLIKLINIKALLE LÄHETTÄMISEN INDIKAATIOT .....	32
ALKURASKAUDEN ONGELMA-AIHEITA .....	34
KESKIRASKAUDEN ONGELMA-AIHEITA .....	36
LOPPURASKAUDEN ONGELMA-AIHEITA .....	40
LIIKELASKENTA OHJEET .....	40
KEMIN NEUVOLOIDEN YHTEYSTIEDOT JA AJANVARAUS .....	42
NEUVOLOIDEN YHTEISTYÖKUMPPANEIDEN YHTEYSTIEDOT .....	43
LÄHTEET .....	47

## JOHDANTO

Tämä perehtymiskansio on tarkoitettu Kemin äitiysneuvoloiden uusille työntekijöille ja opiskelijoille. Perehtymiskansion tavoitteena on olla apuna nopeassa tiedon hankinnassa ja tuotos toimii työvälineenä uusille työntekijöille ja opiskelijoille. Kansion tavoitteena on tukea ja edistää raskaana olevan naisen, perheiden ja syntyvien lasten terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta.

Kansion pääpaino on määräaikaistarkastusten sisällössä. Perehtymiskansiosta löydät yhteiskumppaneiden- ja Kemin neuvoloiden yhteystiedot, sekä äitiysneuvolatoimintaa ohjaavat arvot, lait ja periaatteet.

Perehtymiskansion ovat tehneet terveydenhoitajaopiskelija Anna Miettunen ja sairaanhoitajaopiskelija Niina Sillanpää yhteistyössä äitiysneuvoloiden terveydenhoitajien ja Lapin ammattikorkeakoulun opettajien kanssa. Kuvat on suunnitellut ja toteuttanut graafinen suunnittelija Emma Rask. Toimeksiantajalla on oikeus päivittää perehtymiskansiota.



## LAINSÄÄDÄNTÖ JA OHJEISTUS

Äitiysneuvolatoimintaa ohjaa lainsäädäntö. Keskeisimpiä äitiysneuvolatoimintaan liittyvät lait ovat Suomen perustuslaki 731/1999, Terveystarkastuslaki 30.12.2010/1326, Kansanterveyslaki 66/1972, Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 338/2011, Lastensuojelulaki 417/2007 sekä Valtioneuvoston asetus seulonnoista 339/2011. Asetuksessa määritellään yhtenäiset periaatteet kaikille perusterveydenhuollossa tehtäville seulonnoille.

Kunnan on järjestettävä raskaana olevien naisten, lasta odottavien perheiden sekä alle op-pivelvollisuusikäisten lasten ja heidän perheiden neuvolapalvelut. Neuvolan kuuluu järjestää vähintään yksi laaja terveystarkastus, perhevalmennusta ja muuta vanhempainryhmätoimintaa.

Työturvallisuuslain tarkoituksena on turvata työntekijöiden työkykyä, parantaa työolosuhteita ja parantaa työyhteisöä, ennalta ehkäistä ja torjua työtapaturmia sekä ammattitautia.

Keskeisimmät äitiysneuvolatoimintaa ohjaavat lait ja asetukset löydät näistä linkeistä:

[Terveystarkastuslaki 30.12.2010/1326](#)

[Äitiysavustuslaki 477/1993](#)

[Lastensuojelulaki 417/2007](#)

[Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta 338/2011](#)

[Valtioneuvoston asetus seulonnoista 339/2011](#)

[Tartuntatautilaki 583/1986](#)

[Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 785/1992](#)

[Isyyslaki 11/2015](#)

[Työterveyslaki 738/2002](#)

[Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä 28.6.1994/559](#)

## TERVEYDENHOITOTYÖN PERUSTA ÄITIYSNEUVOLASSA

Äitiysneuvoloiden tehtävänä ja tavoitteena on:

- Turvata lasta odottavan naisen ja sikiön terveys ja hyvinvointi
- Edistää koko perheen terveyttä ja hyvinvointia
- Edistää kehitysympäristön turvallisuutta ja terveellisyyttä
- Ehkäistä raskaudenaikaisia häiriöitä
- Edistää kansanterveyttä
- Tunnistaa raskaudenaikaiset häiriöt mahdollisimman varhain
- Antaa tarvittavaa hoitoa ja tukea välittömästi

Neuvolan tehtävänä on antaa lääketieteellisen seurannan lisäksi sosiaalista, emotionaalista ja psyykkistä tukea sekä apua uudessa elämäntilanteessa. Erityisesti tukea annetaan ensimmäisen raskauden suunnittelussa, lapsen odotuksessa, synnytyksessä sekä ensimmäisinä viikkoina synnytyksen jälkeen.

Terveystenhuollon henkilökuntaa sitoo terveydenhuollon ammattihenkilöistä laissa säädetty vaitiolo- ja salassapitovelvollisuus, joka jatkuu myös työsuhteen päätyttyä. Tämä koskee myös harjoittelijoita. Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä 28.6.1994/559



## PEREHDYTYS

Työturvallisuuslaki 738/2002 velvoittaa työnantajaa perehdyttämään uuden työntekijän myös sijaisen työpaikan olosuhteisiin, työhön käytettäviin välineisiin, niiden oikeaan käyttöön, työmenetelmiin sekä turvallisiin työtapoihin. Perehdyttämisestä tulee huolehtia myös työnkuvan muutosten tai pitkän poissaolon jälkeen.

Uuden työntekijän, opiskelijan tai uusiin työtehtäviin siirtyvän henkilön työnopastus ja perehdyttäminen tukevat ihmisen hyvinvointia ja ovat olennainen osa työn hallintaa. Hyvällä perehdyttämisellä keskeisin tavoite on saada uusi työntekijä tuntemaan itsensä tervetulleeksi ja tärkeäksi osaksi uutta työyhteisöä. Laatimalla perehdytys suunnitelma, valmistelemalla uuden työntekijän työtilat ja työvälineet varmistetaan, että uusi työntekijä huomioidaan ja toivotetaan tervetulleeksi. Hyvin suoritettua perehdyttämisellä luodaan perusta työn ilon kokemiseksi, työssä viihtymiseksi, poistetaan jännittyneisyyttä, jonka seurauksena syntyvät luontevat suhteet työtovereihin, esimieheen ja luottamushenkilöihin. Hyvä perehdytys vähentää poissaoloja, työtapaturmien ja turhien virheiden todennäköisyyttä.

Perehdyttäminen antaa työntekijälle valmiudet työskennellä turvallisella ja oikealla tavalla työtehtävissään. Perehdytyksellä varmistetaan, että työntekijä osaa toimia myös poikkeus tilanteessa ja hän hallitsee työtehtävän. Perehdytyksellä kannustetaan omatoimisuuteen ja aloitteellisuuteen. Perehdyttämisen tueksi tulisi työpaikoilla olla käytössä ajantasaiset perehdyttämiskansiot.





## TYÖNOHJAUS

Työntekijällä tulisi olla mahdollisuus saada yksilö- ja ryhmätasolla työnohjausta. Työnohjaus vahvistaa työyhteisöä, lisää työmotivaatiota ja tukee ammatillista kehittymistä. Työnohjaus on tavoitteellista joko yksilön, ryhmän tai koko työyhteisön ohjausta. Työnohjaaja auttaa ratkaisemaan ja oivaltamaan ammatillisia haasteita vuorovaikutteisella ja ammatillisuutta tukevalla toiminnalla. Työnohjauksen tavoitteena on säilyttää työkykyä, auttaa käsittelemään haasteellisia työtilanteita sekä niissä syntyviä tunteita, lisätä työhyvinvointia, tukea ammatillisuutta, parantaa työsuorituksia ja auttaa löytämään ja arvioimaan omia voimavaroja.

Kemin kaupungilla on käytössä ryhmätyönohjaus ja tarvittaessa saatavilla on yksilötyönohjausta. Kemin neuvoloiden työhön perehdyttäjiille on käytössä Kemin kaupungin oma perehdytyksen tarkistuslista, joka pitää sisällään kaikki hyvään perehdytykseen kuuluvat olennaiset asiat.



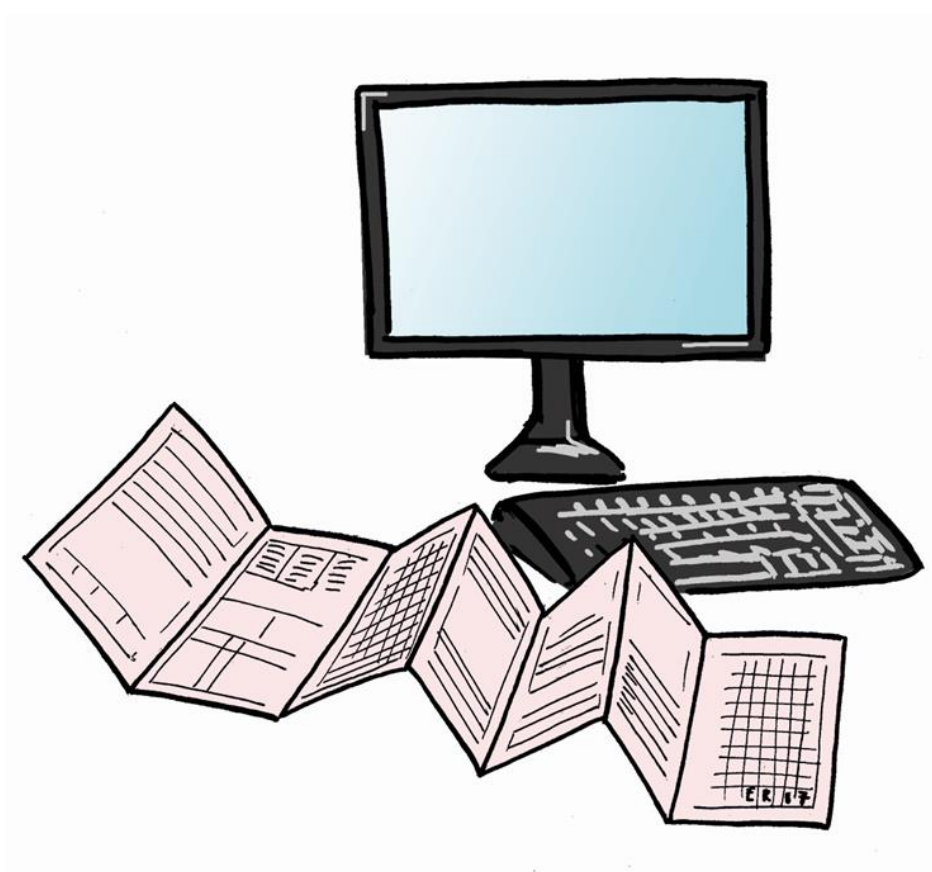
## KIRJAAMINEN

Kemin äitiysneuvoloissa on käytössä Pegasos- potilastietojärjestelmä. Terveystieteiden ammattihenkilön on potilaslain mukaan merkittävä potilaskertomuksiin laajuudeltaan riittävät ja tarpeelliset tiedot hoidon suunnittelun, järjestämisen, toteuttamisen ja seurannan turvaamiseksi. Potilaskertomuksen kirjaamisen lisäksi naisen terveyttä, hyvinvointia ja raskautta koskevat keskeiset tiedot kirjataan äitiyskorttiin.

Tilastointi tapahtuu perusterveydenhuollon avohoidon ilmoituksen avulla eli Avohilmolla. Avohilmo tiedot kirjataan potilastietojärjestelmään käyttämällä valtakunnallisia ja yhdenmuukaisia luokituksia sekä koodistoja, jotka mahdollistavat tietojen vertailun eri toimintayksiköiden ja ajankohtien välillä.

Avohilmo- raportointi antaa tietoja hoidon saatavuudesta, väestön palveluiden käytöstä, väestön terveysongelmista ja epidemioiden leviämisestä, terveyden edistämisen palveluista sekä työnjaosta ja hoitamisen käytännöistä. Erilaisiin kyselyihin vastaaminen on vähentynyt, koska samat tiedot saadaan avohilmasta reaaliajassa.

[Lisätietoa: THL Avohilmo- opas](#)





## SPAT-KOODIT

### Toiminnot SPAT-luokitukselle

- SPAT1197 Lasta odottavan perheen laaja terveystarkastus
- SPAT1379 Raskaana olevan terveystarkastus
- SPAT1380 Synnytyksen jälkitarkastus
- SPAT1399 Isyyden tunnustaminen
- SPAT1195 Perhevalmennus
- SPAT1308 Seksuaaliterveysneuvonta
- SPAT1200 Imetyksen ja rintojen hoidon ohjaus
- SPAT1315 Lasten ja nuorten määräaikainen terveystarkastus
- SPAT1317 Yksilöllisen tarpeen mukainen terveystarkastus
- SPAT1388 Yksilöllisen tarpeen mukainen laaja terveystarkastus
- SPAT1389 Erityisen tuen tarpeen mukainen laaja terveystarkastus
- SPAT1232 Kommunikaatio tulkin tai avustajan avulla
- SPAT 1153 Ompeleiden poisto

### Jatkohoito SPAT

- SPAT1339 Uusi vastaanottoaika
- SPAT1333 Hoidon suunnittelu, jatkohoidon järjestäminen
- SPAT1334 Ei jatkotoimenpidettä
- SPAT1335 Jatkohoidon suunnitelma, jatkohoidon järjestäminen
- SPAT1337 Puhelin ajan varaaminen
- SPAT1340 Ohjaus muulle ammattiryhmälle kuin lääkärille
- SPAT1341 Ohjaus lääkärille tai hammaslääkärille
- SPAT1342 Lähete erikoissairaanhoidon
- SPAT 1344 Ohjaus päihdepalveluihin
- SPAT1345 Ohjaus lääkinnälliseen kuntoutukseen
- SPAT1346 Ohjaus ammatilliseen kuntoutukseen

### ICPC2 Käyntisy

- A98 Terveiden ylläpito/sairausten ennaltaehkäisy
- W78 Raskaus
- W84 Riskiraskaus

## NEUVOLAN TYÖMUODOT JA PERHEVALMENNUS

Äitiysneuvoloiden toimintaan kuuluu terveydenhoitajan sekä lääkärin vastaanotto ja määräaika- ja terveystarkastukset, laajat terveystarkastukset sekä tutkimukset. Vastaanottotoimintaan sisältyy henkilökohtainen sekä perheiden ohjaus, tukeminen, terveyden edistäminen, seulonnat, imetysohjaus, perhevalmennus ja synnytykseen valmentaminen, kotikäynnit ja erityisen tuen tarpeen tunnistaminen ja tuen järjestäminen.

Ensimmäistä lasta odottavalle perheelle on valtioneuvosto asetuksen mukaan järjestettävä moniammatillinen perhevalmennus. Valmennus sisältää vanhempainryhmätoimintaa ja synnytysvalmennuksen. Toiminnalla on todettu olevan positiivisia vaikutuksia vertaistukeen ja sosiaalisen verkoston laajentamiseen. Vanhempainryhmän ihanteellinen koko on 6-8 pariskuntaa, joka mahdollistaa keskustelun samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten kanssa. Perhevalmennuksen toteuttaa terveydenhoitaja tai kättilö. Sovitusti ryhmissä vierailee perhetyöntekijä, psykologi, fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti ja suun terveydenhuollon ammattilainen.

Terveydenhoitajan järjestämässä valmennuksessa keskustellaan terveystottumuksista raskausaikana, valmennetaan synnytykseen, imetykseen, lapsivuodeaikaan ja aktiiviseen vanhemmuuteen. Valmennuksessa vahvistetaan pariskuntien tietoja ja taitoja lapsen hoidosta, vanhemmuudesta, terveydestä raskausaikana ja lapsen syntymän jälkeen.

Synnytysvalmennukseen kuuluu tutustuminen omaan synnytyssairaalaan. Asiakas varaa itse ajan L-PKS:n synnytysosastolle raskauden loppuvaiheessa. Synnytyssairaalassa kerrotaan synnytyksestä, erilaisista synnytysasennoista, kivun lievityksestä, tutustutaan synnytyssaleihin ja vuodeosastoon.



## PERHEKESKEISYYS

Huoltajuus ja vanhemmuus ovat juridisesti toisistaan riippumattomia ja erillisiä asioita. Perhe voi olla hyvinkin monimuotoinen. Vanhemmuus voi olla sosiaalista ja biologista. Perhemalleja on monenlaisia ja tämä tulee huomioida ohjaustilanteissa esimerkiksi synnytys- ja perhevalmennusten yhteydessä. Erilaisten perhemallien esimerkkejä ovat sateenkaariperheet, uusperheet, sijaisperheet, monikkolapsia tai adoptiolapsia odottavia perheitä sekä kahden kulttuurin perheitä, apilaperheitä ja maahanmuuttajaperheitä.

Isyyslaissa 11/2015 säädetään isyyden vahvistamisesta, toteamisesta ja kumoamisesta. Lapsen isyyden vahvistaminen edellyttää toimia viranomaisilta ja lapsen vanhemmilta, jos lapsi syntyy avioliiton ulkopuolella. Avioliiton aikana syntyneen lapsen isyyttä lastenvalvoja voi selvittää, mikäli aviopari näin haluaa, tai toinen mies tunnustaa tai aikoo tunnustaa aviolapsen isyyden. Isyyden tunnustaminen raskausaikana on mahdollista, jos on selvää tunnustajan isyydestä, eikä isyyden tunnustajalla ole perusteita kieltäytyä isyydentunnustuksesta. Tämä isyyden tunnustamisen vastaanotto mahdollistaa tehtäväksi sopimuksen yhteishuoltajuudesta tässä vaiheessa. Biologisen isyyden ollessa epäselvä tai siihen halutaan varmuutta, voi yksityishenkilö pyytää, lastenvalvoja tilata tai tuomioistuim määrätä oikeusgeneettisen isyystutkimuksen. Oikeusgeneettisestä isyystutkimuksesta säädetään laissa 378/2005.



## TERVEYSNEUVONTA

Terveysneuvonta perustuu näyttöön perustuvaan tietoon, terveysneuvonnan on tuettava yksilön ja perheiden terveyttä ja hyvinvointia. Lisätietoa terveysneuvonnan keskeisistä aihe-alueista, merkityksestä ja terveysneuvonnan toteuttamisesta saat alla olevasta linkistä:

[Terveysneuvonta äitiysneuvolassa](#)

[Evira: Elintarvikkeiden rajoitukset raskaana oleville ja imettäville](#)

## RAVITSEMUS RASKAUSAIKAN

Raskauden aikana terveellisen ravitsemuksen tavoitteena on syntyvän lapsen kehityksen ja kasvun turvaaminen sekä äidin hyvinvointi. Vanhempien ruokailutottumusten malli vaikuttaa merkittävästi lasten ruokailutottumusten kehitykseen. Alla olevasta taulukosta näkee mitä ruoka-aineita tulee suosia ja mitä välttää parantamalla ruokavaliota. Sikiön turvallisuuden kannalta joitakin ruoka-aineita tulee välttää.

<u>SUOSI...</u>	<u>PYRI VÄLTÄMÄÄN...</u>	<u>VÄLTÄ...</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Kasviksia</li><li>✓ Marjoja</li><li>✓ Hedelmiä</li><li>✓ Täysjyväviljaa</li><li>✓ Kalaa</li><li>✓ D-vitamiinia (10mikrog/vrk)</li><li>✓ Foolihappoa</li><li>✓ Kalsiumia (900mg/vrk)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kovaa rasvaa</li><li>• Sokeria</li><li>• Kahvia (max 2 kuppia/vrk)</li><li>• Maksaruokia</li><li>• Ulkomaalaisia pakastemarjoja (Kuumenettava/keitettävä)</li><li>• Pakastevihannekset ja valmisruoat (Kuumenettava/keitettävä)</li><li>• Pellavansiemeniä</li><li>• Inkivääriä sisältäviä ruoka-aineita</li><li>• Merilevävalmisteita</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✗ Alkoholia</li><li>✗ Haukea</li><li>✗ Raakaa tai tyhjiöpakattua kalaa</li><li>✗ Raakaa lihaa</li><li>✗ Raakaa ja pastöroimatonta maitoa ja näistä valmistettuja juustoja</li><li>✗ Korvasieniä</li><li>✗ Kofeiinipitoisia juomia</li><li>✗ Ravintolisä yrttivalmisteita</li><li>✗ Lakritsi ja salmiakki</li><li>✗ Kuivaliha</li></ul>

## LIIKUNTA RASKAUDEN AIKANA JA SYNNYTYKSEN JÄLKEEN

### Raskauden aikainen liikunta:

- Parantaa kuntoa ja kohentaa mielialaa
- Auttaa selviytymään raskauden aikaisesta fyysisestä rasituksesta
- Auttaa synnytyksen jälkeistä palautumista
- Ehkäisee liiallista painonnousua, raskausdiabetesta, selkävaivoja, jalkojen turvotusta ja suonikohjuja

Liikunta harrastus kannattaa aloittaa rauhallisesti ja vähitellen lisätä harjoitusten kestoja ja määriä. Liikuntaa suositellaan vähintään 2½ tuntia viikossa. Liikuntalajeja, joissa on puotamisvaara, sisältävät iskuja tai nopeita suunnan vaihdoksia tulee välttää. Myös vatsallaan makuulla tehtyjä harjoituksia on vältettävä, koska siinä kohtu joutuu suuren paineen alle. Raskausviikon 16. jälkeen on vältettävä selinmakuuta, koska kohtu painaa tässä asennossa suuria verisuonia, mikä voi aiheuttaa pahoinvointia.

### [Raskausajan liikunta- opas](#)

### Liikunta tulee keskeyttää jos...

- Sukuelimistä vuotaa verta
- Ilmenee voimakkaita ja kivuliaita supistuksia
- Epäilee lapsiveden menoa
- Ilmenee päänsärky tai rintakipua
- Ilmenee voimakasta väsymystä tai voimattomuuden tunnetta
- Pohkeet kipeytyvät tai turpoavat (mahdollinen laskimotukos)



## PÄIHTEET RASKAUDEN AIKANA

Kaikkien päihteiden käyttö lisää raskaudenajan häiriöiden riskiä ja vaarantaa sikiön terveyden. Päihderiippuvaisen naisen raskaudenaikainen hoito kannattaa järjestää moniammatillisen työryhmän yhteistyönä. Neuvolan tehtävänä on tunnistaa ne tilanteet, jolloin päihteiden käyttö on ongelma. Neuvolan tehtävänä on antaa tukea, tietoa ja ohjata apua tarvitsevat äidit äitiyspoliklinikan seurantaan. Raskaana olevalle naisen vieroitus- ja kuntouttava päihdehoito on järjestettävä viipymättä hänen omalla suostumuksellaan.

Raskauden aikana tulee välttää turhaa lääkkeiden käyttöä. Lääkkeisiin luokitellaan myös luontaistuotteet, joiden käyttöä tulisi välttää riittämättömän tutkimustiedon takia. Perussairauden hoitoon käytettäviä lääkkeitä ei saa lopettaa raskauden vuoksi ennen kuin on neuvoteltu asiasta lääkärin kanssa. Joidenkin pitkäaikaissairauksien lääkehoitoa on syytä jatkaa raskauden aikana, koska lääkehoidon lopettamisesta saattaa olla sikiölle enemmän haittaa kuin lääkehoidon jatkamisesta. Jokaisesta lääkehoitoon liittyvästä asiasta tulee keskustella lääkärin kanssa. Turvallinen lääkehoito tulisi suunnitella jo ennen raskautta. Kaikissa raskauden vaiheissa paracetamol on turvallinen vaihtoehto.





### Lääkkeet

- Lisää keskenmenon ja kohtukuoleman riskiä
- Lisää epämuodostumien riskiä
- Kasvun hidastuminen
- Myöhemmin voi ilmetä oppimisvaikeuksia ja syöpäriskin lisääntymistä
- Loppuraskaudessa käytettävät PKV-lääkkeet voivat aiheuttaa vastasyntyneelle lääke- ja vieroitusoireita
- [Lääkkeet raskauden ja imetyksen aikana](#)

### Tupakka

- Lisää keskenmenon, kohtukuoleman ja kätkytkuoleman riskiä
- Heikentää istukkaverenkiertoa ja napanuoran virtausta
- Nikotiini supistaa verisuonia, joka vaikuttaa sikiön hapen ja ravinnon saantiin sekä kohdun kasvamiseen
- Ennenaikaisen synnytyksen riski kasvaa
- Syntymäpaino on keskimäärin 200-300 g pienempi
- [Nikotiinikorvaushoito](#)

### Alkoholi

- Lisää keskenmenon ja kohtukuoleman riskiä
- Alkoholi läpäisee istukan aiheuttaen vakavia sikiövaurioita
- Sikiön keskushermoston ja sydämen vaurioituminen
- Raskaudenaikaisten verenvuotojen ja infektioiden riski kasvaa
- Istukan ennenaikainen irtoamisen riski kasvaa
- Ennenaikaisen synnytyksen riski kasvaa
- FAS eli alkoholioireyhtymä

### Huumeet

- Lisää keskenmenon ja kätkytkuoleman riskiä
- Eri huumeet vaikuttavat eri tavoin sikiön kehitykseen, toiset hidastavat sikiön kasvua, toiset aiheuttavat raskaudenajan komplikaatioita ja kohtukuolemia
- Synnytyksen jälkeen viikkoja kestävät vakavat vieroitusoireet
- Altistaa B- ja C- hepatiitti sekä hiv-tartunnoille
- Lapsen kasvu voi viivästyä (paino, pituus, päänympäryys)

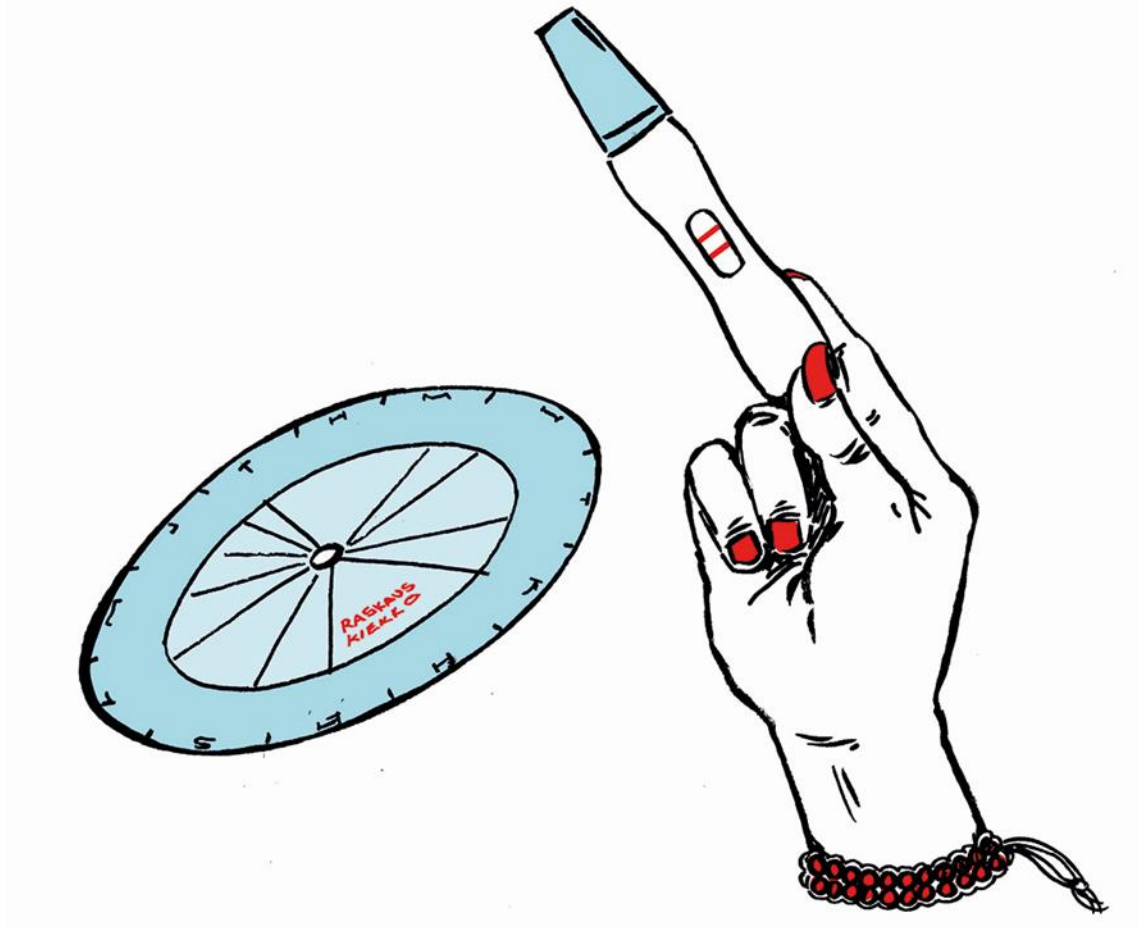
## MÄÄRÄAIKAISTARKASTUKSET

Ensikontakti asiakkaaseen tapahtuu yleensä puhelimitse tai kasvokkain raskausviikoilla 6-8. Ensikontaktilla tapahtuu palveluntarpeen arviointi, ohjeistus ensikäynti materiaalista, terveysneuvonta ja kutsu vastaanotolle.

Äitiysneuvolassa järjestetään määräaikaista terveystarkastuksia raskausaikana uudelleensynnyttäjälle vähintään kahdeksan ja ensisynnyttäjälle vähintään yhdeksän. Tarkastuksiin sisältyy yksi laaja terveystarkastus ja kaksi lääkärintarkastusta kaikille perheille. Uudelleensynnyttäjälle tarjotaan yksi kotikäynti synnytyksen jälkeen. Kotikäynti tarjotaan synnytyksen jälkeen 1-7 vuorokautta kotiutumisesta.

Yksilöllisen tarpeen mukaan raskaana olevalle naiselle ja synnyttäneille järjestetään äitiysneuvolaan lisäkäyntejä määräaikaistarkastusten lisäksi. Määräaikaista terveystarkastuksia tarjotaan ensisynnyttäjälle yhteensä 11 ja uudelleensynnyttäjälle 10.

[Äitiysneuvola-opas 2013](#)



## RASKAUSVIIKOILLA 8-10

Ensimmäinen vastaanottokäynti terveydenhoitajan vastaanotolla on raskausviikolla 8-10. Ensimmäisellä käynnillä kartoitetaan kuukautiskiertoa raskauden keston ja lasketun ajan määrittämiseksi, selvitetään aikaisempien raskauksien kulku ja mahdolliset sairaudet. Keskustelun pohjana voidaan käyttää raskaana olevan naisen perustieto-lomaketta.

<b>Tutkimukset</b>  Raskauden keston määrittäminen, tarvittaessa lähete ultraan, RR, paino, BMI, pika-Hb, U-gluk, U-prot.  Ohjaus sokerirasitukseen raskausviikoilla 12-16.  <u>LÄHETTEET NÄISTÄ:</u> U-bakt, U-BaktVi (1155), U-KemSeul, veriryhmä, veriryhmä-vasta-aineseula, S-Äitseul 8602 joka sisältää (HIVAbAg, S-HbsAg ja S-TrpAb), HCV-Ab (3815) erillisenä tutkimuksena kaikilta.	<b>Terveysneuvonta</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ravitsemus, liikunta, päihteet, seksuaalisuus raskauden aikana</li><li>• Lantionpohjalihakset</li><li>• Työ ja riskitekijöiden huomiointi</li><li>• Neuvonta ja keskustelu sikiön poikkeavuuksien seulonnoista</li><li>• Informointi neuvolatoiminnasta</li><li>• keskustelu isyyden tunnistamisesta</li><li>• Raskaana olevan ja puolison terveydentilan selvitys ja perustutkimukset, selvitetään perussairaudet, lääkitykset ja päihteiden käyttö</li><li>• Raskauden tuomat muutokset perheelle fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti</li></ul>
<b>Toiminto SPAT</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• SPAT1379 Raskaana olevan terveystarkastus</li></ul> <b>Jatkohoito SPAT</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• SPAT1339 Uusi vastaanottoaika</li></ul>	<b>Kirjallinen materiaali</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kaikille raskaana oleville annetaan THL:n <a href="#">Sikiöseulonnat-Opas</a> ja tarvittaessa varataan aika seulontaan.</li><li>• Lähetteet (trisomiaseula, SPR, tartuntataudit)</li><li>• <a href="#">SPR neuvolanäytetutkimukset</a></li><li>• <a href="#">AUDIT kysely</a> molemmille vanhemmille</li><li>• <a href="#">Lasta odottavan perheen voimavara-lomake</a></li></ul>

## RASKAUSVIIKOILLA 10-12

### Veritutkimukset L-PKS:ssä

- Sikiöseulontatutkimukset, johon asiakas varaa itse ajan.
- Veritutkimukset otetaan 1-2 viikkoa ennen ultraäänitutkimusta.
- Veriryhmä, Rh, vasta-aineet, syfilis, B-hepatiitti, C-hepatiitti ja HIV, vapaaehtoinen trisomia-seula.
- Paperilähete, verikokeet otetaan L-PKS:ssä



## RASKAUSVIIKOILLA 13-21

### Terveydenhoitajan vastaanotto

Raskausviikolla 13-18 terveydenhoitaja ja lääkäri tekevät laajan terveystarkastuksen. Molemmat vanhemmat kutsutaan neuvolaan. Terveystarkastuksessa selvitetään koko perheen hyvinvointi, mieliala, sairaudet, terveystottumukset, ohjeistus rakenneultraäänitutkimuksesta ja ajanvarauksesta. Terveydenhoitaja varmistaa tiedon siirron ja raportoinnin lääkärille.

<b>Tutkimukset</b>	<b>Terveysneuvonta</b>
RR, paino, Hb, U-gluk, U-prot, sikiön syke (normaali syke 110-160 / min).	<ul style="list-style-type: none"><li>• Odotukset vanhemmuudesta ja synnytyksestä, -kokemukset aiemmista synnytyksistä</li><li>• Terveystottumukset</li><li>• Vitamiinit ja rauta</li><li>• Parisuhde ja seksuaalisuus</li><li>• Riitely ja väkivalta (yksilökeskustelu)</li><li>• Tukiverkko ja taloudellinen tilanne</li><li>• Raskaana olevan ja puolison mieliala</li><li>• Perhevalmennuksen esittely</li></ul>
<b>Toiminto SPAT</b>	<b>Kirjallinen materiaali</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• SPAT1197 Lasta odottavan perheen laaja terveystarkastus</li></ul> <p><b>Jatkohoito SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• SPAT1339 Uusi vastaanottoaika</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Lasta odottavan perheen arjen voimavarat- lomake</a></li><li>• <a href="#">EPDS-kysely</a></li><li>• <a href="#">Diabetes riskilomake</a></li><li>• <a href="#">BCG-kysely</a></li><li>• Hammashoidon tiedote</li></ul>



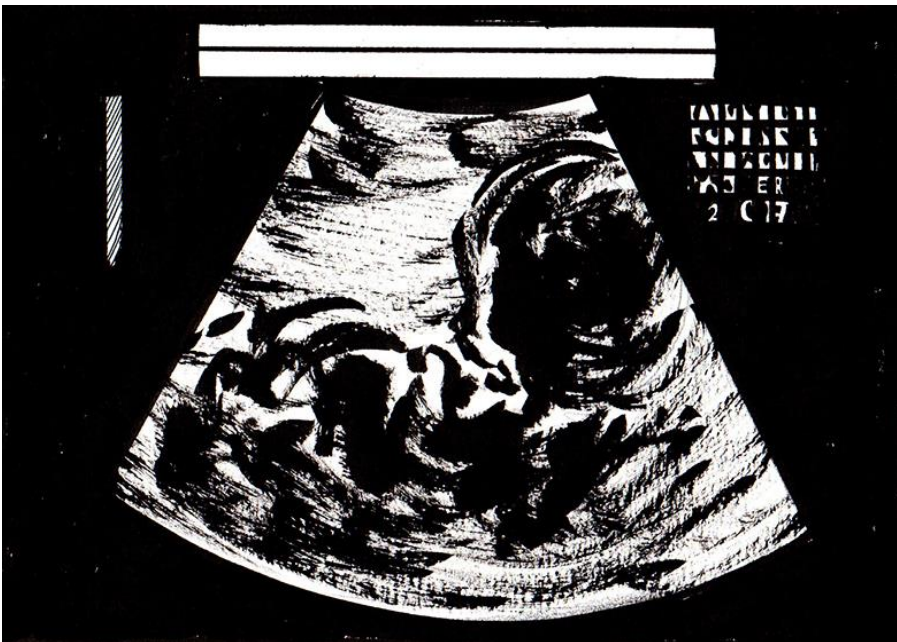
### Lääkärin vastaanotto raskausviikolla 13-18

Terveystarkastaja/ kätilö varmistaa tiedonsiirron laajaa terveystarkastusta koskevista asioista, joiden pohjalta lääkäri keskustelee perheen kanssa kaikista raskauteen liittyvistä asioista. Keskustelu sikiön poikkeavuuksien seulonnasta.

- Äidit joilla perussairaus, päihteiden käyttö tai äiti on alle 21-vuotias.
- Merkitykselliset lääketieteelliset tekijät raskauden kulkuun liittyen
- Omaseurannan ohjeet raskaana olevalle (hälyttävät oireet ja toiminta niiden yhteydessä)
- Raskauteen ja synnytykseen liittyvät tuntemukset ja huolet sekä fyysinen vointi

### Raskausviikolla 20-21

Rakenneultraäänitutkimus L-PKS



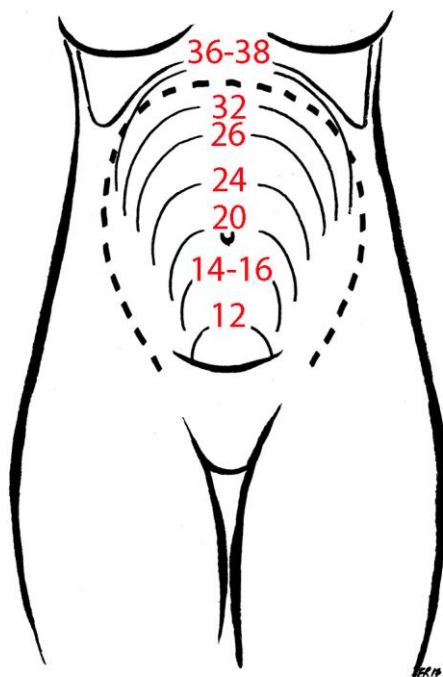
Ultraäänitutkimuksella voidaan määrittää

- Laskettu aika
- Raskauden kesto
- Sikiön istuinkorkeus eli CRL
- Sikiön rakenne
- Mahdolliset vakavat epämuodostumat
- Mahdollinen niskapoimuturvotus
- Monisikiöraskaudet
- Istukan paikka ja toiminta
- Mahdolliset myoomat



## RASKAUSVIIKOILLA 22-24

Tällä terveydenhoitajan vastaanotolla arvioidaan kohdun kokoa ja sikiön kasvua. Arviointi tapahtuu kohdunpohjankorkeuden mittaamisella häpyluun yläreunasta eli symfyysi-fundusmitalla (sf-mitta). Raskausviikolla 24 kohdunpohja on navan korkeudella. Sf-mittaa seurataan raskausviikolle 36 saakka, jolloin kohdunpohja on korkeimmillaan.



<p style="text-align: center;"><b>Tutkimukset</b></p> <p>RR, paino, U-gluk, U-prot, sikiön sydämen syke, Hb, lasketun ajan tarkistus, sikiön liikkeet, sf-mitta (kohdunpohjan korkeuden mittaaminen)</p>	<p style="text-align: center;"><b>Terveysneuvonta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parisuhde ja jaksaminen kotona</li> <li>• Vanhemmuuteen valmentaminen</li> <li>• Sisärukkaset ja tukiverkko</li> <li>• informaatio sosiaaliturvaetuuksista (KELA)</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Toiminto SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1379 Raskaana olevan terveystarkastus</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Jatkohoito SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1339 Uusi vastaanotto-aika</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Kirjallinen materiaali</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• KELA:n lomakkeet</li> <li>• L-Pks:n Odottava äiti-lomake</li> <li>• <a href="#">BCG-kysely</a> tarvittaessa</li> <li>• <a href="#">Parisuhdeväkivalta kysely</a> silloin kun kumppani ei ole paikalla.</li> </ul>

## RASKAUSVIIKOILLA 26-28

Käynnillä puhutaan mahdollisista raskauden aiheuttamista sairauksista ja niiden ensioireista ja kerrotaan millaisiin oireisiin kannattaa kiinnittää huomiota. Esimerkiksi näköhäiriöt, turvotukset ja päänsärky voivat viitata verenpaineen nousuun ja alkavaan pre-eklampsiaan. Verinen, limainen tai vetinen vuoto ja painon tunne emättimessä voi taas olla merkki ennenaikaisesta synnytyksestä. Ohjataan ottamaan yhteyttä terveydenhoitajaan tai suoraan äitiyspoliklinikalle tällaisten oireiden ilmaantuessa.

### Terveydenhoitajan osuus laajassa terveystarkastuksessa

<p style="text-align: center;"><b>Tutkimukset</b></p> <p>RR, paino, U-gluk, U-prot, sikiön syke, Hb, sf-mitta.</p> <p><u>Lähet:</u> veriryhmävasta-aineseula (Rh (D)-negatiivisilta)</p> <p>Jos BMI yli 25 tai sukurasite tai aiemmin synnyttänyt yli 4kg painavan lapsen -&gt; 2 h sokerirasitus.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Terveysneuvonta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ravitsemus ja liikunta</li> <li>• Lasta odottavan perheen voimavara-lomake käydään läpi.</li> <li>• Informaatio isyyden tunnustamisesta ja yhteishuoltajuudesta.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Toiminnot SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1197 Lasta odottavan perheen laaja terveystarkastus</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Jatkohoito SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1339 Uusi vastaanottoaika</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Kirjallinen materiaali</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tässä vaiheessa viimeistään diabeteksen riskilomake</li> <li>• EPDS- mielialalomake</li> <li>• L-pks Odottava äiti- kaavake käydään läpi ja lähetetään synnytyssairaalaa (h28- viimeistään h32)</li> <li>• Neuvokas perhe- kortti ja ohjeistus. (Kortin antamisesta tehdään merkintä muutokset terveys käyttämisessä- kohtaan)</li> </ul>

Lääkärin osuus laajassa terveystarkastuksessa

Tutkimukset	Terveysneuvonta
<ul style="list-style-type: none"> <li>• RR, paino, U-gluk, U-prot, sikiön syke</li> <li>• kohdunsuun tila</li> <li>• sikiön liiketarkkailu aloitetaan</li> <li>• Verikokeet Rh (D) negatiivisilta               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Anti-D immunoglobuliini tilataan, kun verikoe vastaus on tullut</li> <li>○ Anti-D immunoglobuliinisuojaus h28-30 vastausten perusteella, kirjataan äitiysneuvola-korttiin ja pegasokselle</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Työssäjaksaminen</li> <li>• Pre-eklampsian oireet</li> </ul>



## RASKAUSVIIKOILLA 30-32

Perustutkimusten lisäksi kysytään mahdollisista turvotuksista ja ihon poikkeavasta kutinasta erityisesti kämmenissä ja jalkapohjissa. Kysytään myös supistustuntemuksista, jaksamisesta ja selviytymisestä töissä. Synnytyksen aika lähestyy, joten siihen liittyvistä huolista on hyvä puhua. Keskustelun aiheita ovat imetys, synnytyspaikka, synnytysosastolle tutustuminen, synnytyssuunnitelma ja varhainen vuorovaikutus vauvan kanssa.

### Terveydenhoitajan vastaanotto raskausviikolla 30-32

<p><b>Tutkimukset</b></p> <p>RR, paino, Hb, U-gluk, U-prot, sikiön syke, sf-mitta</p>	<p><b>Terveysneuvonta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Imetys ja imetyksen merkitys</li> <li>• Ihokontakti</li> <li>• Isän tärkeys äidille ja lapsille</li> <li>• Isyyden merkitys miehelle</li> <li>• Työssä jaksaminen</li> <li>• Seksuaalielämä</li> <li>• Perhesuunnittelu</li> </ul>
<p><b>Toiminnot SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1379 Raskaana olevan terveystarkastus</li> </ul> <p><b>Jatkohoito SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1339 Uusi vastaanottoaika</li> </ul>	<p><b>Informaatio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Supistukset ja mahdollinen ennenaikainen synnytys</li> <li>• Liikelaskenta</li> <li>• Aika isyyden tunnustamiselle</li> <li>• VASSEU2 info + lupa</li> </ul>



## RASKAUSVIIKOLLA 34

Terveydenhoitajalla on mahdollista vastaanottaa isyyden tunnustus raskausaikana, jos on selvää tunnustajan isyydestä eikä isyyden tunnustajalla ole perusteita kieltäytyä isyyden tunnustuksesta. Isyyden tunnustamisen vastaanotto mahdollistaa yhteishuoltajuus sopimuksen tekemisen tässä vaiheessa. Biologisen isyyden ollessa epäselvä tai siihen halutaan varmuutta, voi yksityishenkilö pyytää, lastenvalvoja tilata tai tuomioistuin määrätä oikeusgeeneettisen isyystutkimuksen.

[THL Isyyden selvittäminen](#)

Terveydenhoitajan vastaanotto raskausviikolla 34.

<p><b>Tutkimukset</b></p> <p>RR, paino, Hb, U-gluk, U-prot, sikiön syke, sikiön tarjonta, sf-mitta</p>	<p><b>Terveysneuvonta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Synnytys ja siihen liittyvät pelot</li> <li>• Vauvan tarvikkeet</li> <li>• Liikenneturva</li> </ul>
<p><b>Toiminto SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1379 Raskaana olevan terveystarkastus</li> <li>• SPAT1399 Isyyden tunnustaminen äitiysneuvolassa</li> </ul> <p><b>Jatkohoito SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1339 Uusi vastaanottoaika</li> </ul>	<p><b>Kirjallinen materiaali</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Synnytystapa-arvio lähete L-PKS:aan</li> <li>• Isyyden tunnustamisen vastaanottaminen ja merkintä NEUVO-lehdelle (pvm, ketä paikalla, otettu vastaan isyyden tunnustaminen, tehty yhteishuoltajuus sopimus)</li> </ul>



## RASKAUSVIIKOILLA 36-37

Viimeisellä raskauskolmanneksella useimmille naisille ilmaantuu ennakoivia supistuksia. Kohtu valmistautuu synnytykseen. Supistusten kesto ja voima vaihtelevat, ne voivat tulla yksittäin tai sarjoina. Supistukset menevät ohi yleensä levolla. Lasketun ajan lähestyessä supistuksia tulee useammin ja tuntuvat voimakkaammin. Ennakoivia supistuksia ja synnytyksen käynnistymistä voi olla vaikea erottaa toisistaan. Vanhempia voi mietityttää milloin on oikea aika lähteä synnytyssairaalaan.

Terveystenhoitajan vastaanotto raskausviikolla 36.

<p><b>Tutkimukset</b></p> <p>RR, paino, U-gluk, U-prot, sikiön syke, sikiön tarjonta, sikiön koko arvio, sf-mitta, Hb</p>	<p><b>Terveysneuvonta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keskustelu synnytyksestä</li> <li>• Synnytystä ennakoivat merkit</li> </ul>
<p><b>Toiminta SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1379 Raskaana olevan terveystarkastus</li> </ul> <p><b>Jatkohoito SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1339 Uusi vastaanottoaika</li> </ul>	<p><b>Lähetä</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Veriryhmävasta-aineseula kaikilta Rh (D) - negatiivisilta ja niiltä Rh (D) - positiivisilta, jotka ovat saaneet verensiirtoja tai joiden lapsia on hoidettu keltaisuuden takia</li> </ul>



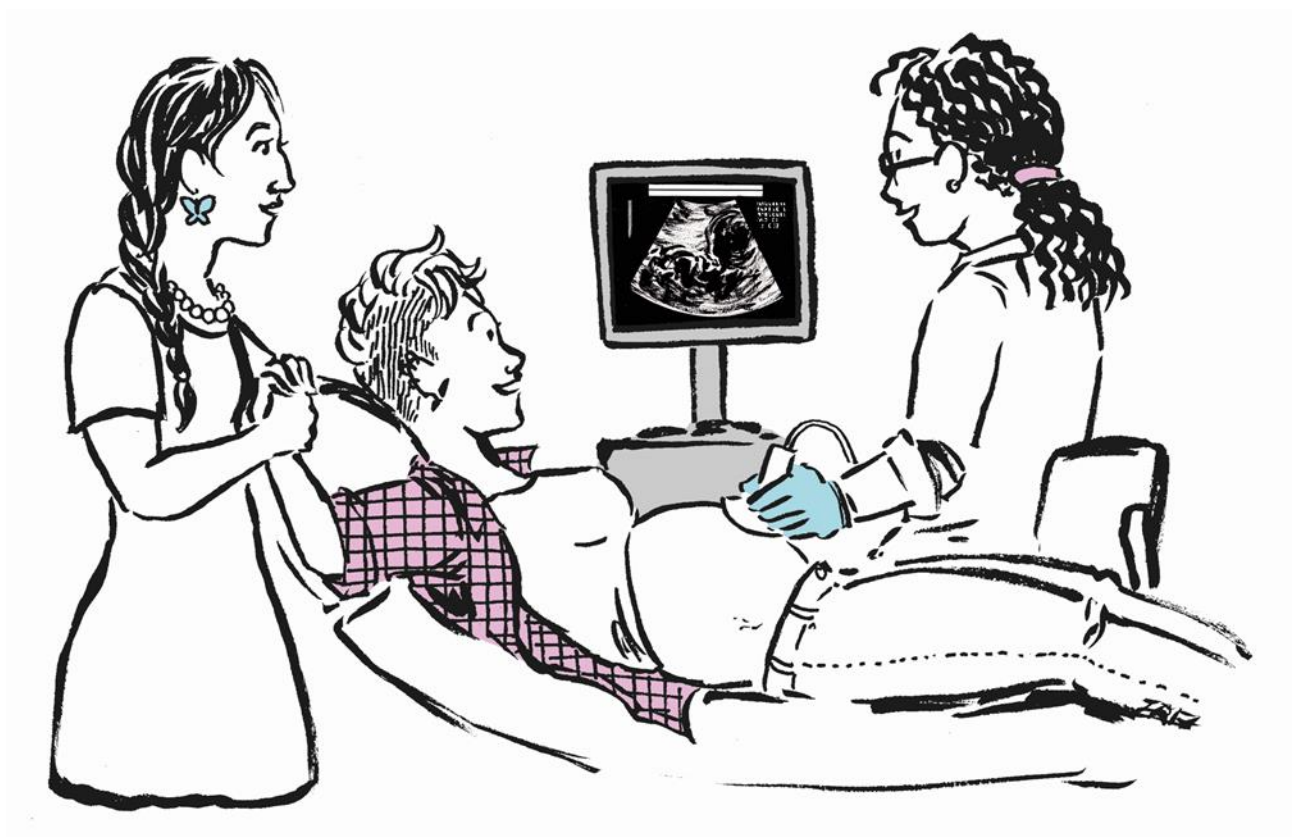


**Lääkärin vastaanotto uudelleen synnyttäjille raskausviikolla 36-37**

Perustutkimukset: Sikiön tarjonta, B-streptokokkiseulontanäyte (otetaan neuvolassa, Huom!!-> lähetteeseen merkattava, että on gravida. Vastauksesta merkintä neuvolakorttiin. Uudelleen synnyttäjät, jotka eivät mene synnytystapa-arvioon käyvät neuvolalääkärin vastaanotolla.

**L-PKS äitiyspoliklinikan vastaanotto ensisynnyttäjille raskausviikolla 37.**

Ensisynnyttäjille synnytystapa-arvio tarvittaessa myös uudelleen synnyttäjille (jos edellinen synnytys ollut poikkeava) tai tarve arvioida sikiön koko.



## RASKAUSVIIKOILLA 38-41

Äitiä ohjataan omaseurantaan hälyttävien oireiden suhteen, kuten pre-eklampsia, verenvuoto, kutinat, lapsivesi ja sikiön liikkeet. Sikiön vointia seurataan tarkkailemalla sikiön kasvua, liikkeitä ja sydämen sykettä. Äiti tuntee sikiön liikkeet 18-22. raskausviikon jälkeen. Loppuraskaudessa äidille annetaan sikiön tarkkailua varten liikelaskenta ohjeet. Liikehälytyksellä tarkoitetaan sitä, että sikiö liikkuu alle kymmenen kertaa tunnissa. Mikäli äiti ei tunne sikiön liikkeitä tai herää huoli sikiön liikkumattomuudesta on syytä käydä tarkistuttamassa tilanne päivystyksessä. Sikiön liikkumattomuus saattaa olla merkki hapenpuutteesta. Sikiö nukkuu välillä, jolloin luonnollisesti liikkeet rauhoittuvat. Sikiötä voi herätellä palpoimalla vatsaa tai syömällä välipala, joka nostaa verensokeria ja samalla virkistää sikiötä. Loppuraskaudessa sikiön liikkeet muuttuvat, johtuen kohdun ahtaudesta. Liikkeiden muuttuminen saattaa huolestuttaa äitiä.

<p><b>Tutkimukset</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• RR, paino, U-gluk, U-prot, Hb, sikiön syke, sikiön tarjonta, sikiön koko ja lapsiveden arvio, sf-mitta, säännöllinen liikelaskenta,</li> </ul>	<p><b>Terveysneuvonta viimeisen kuukauden aikana</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valmentautuminen vauvan syntymään</li> <li>• Isän rooli</li> <li>• Synnytykseen liittyvät kysymykset</li> <li>• Synnytystä ennakoivat merkit ja sairaalan lähtö</li> <li>• Vanhempia askarruttavat kysymykset</li> <li>• Isyysloma</li> <li>• Tukiverkko</li> <li>• Masennusoireiden ehkäisy synnytyksen jälkeen</li> </ul>
<p><b>Toiminto SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1379 Raskaana olevan terveystarkastus</li> </ul> <p><b>Jatkohoito SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1339 Uusi vastaanottoaika</li> </ul>	<p><b>Informaatio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aika synnytyksen jälkeen</li> <li>• Raskausviikolla 40 yhteys äitiyspoliklinikan kansliaan 040-828 4908 viikon päästä aika synnytyssaliin</li> <li>• Raskausviikolla 41-42 käynti neuvolassa 2x/vko</li> </ul>

## KOTIKÄYNTI SYNNYTYKSEN JÄLKEEN

Terveydenhoitajan tekee kotikäynnin synnytyksen jälkeen. Molempien vanhempien kanssa käydään synnytyksen tuomat kokemukset läpi. Tarkastellaan ja ohjataan imetystä ja vauvan hoitoa. Vastasyntynyt tutkitaan, tarkastellaan yleistilaa ja perustoimintoja. Lapsi punnitaan ja mitataan ja arvoja verrataan syntymä mittoihin. Ohjataan vanhempia vauvan käsittelyssä ja hoidossa, ulkoilujen aloittamisessa sekä infektioiden ehkäisyssä.

*Kerrotaan kohtu- ja rintatulehduksen oireista ja hoidosta. Kohtutulehduksen oireita ovat alavatsakipu, pahanhajuinen, verensekainen vuoto ja kuume. Hoitona aloitetaan antibioottihoito. Rintatulehduksen oireita ovat kuume, arka punoittava kiinteä alue rinnassa ja yleinen heikotus. Hoitona tehokasta rinnan tyhjentämistä, imetys saattaa sattua, lapselle ei ole haittaa maidon mukana tulevista bakteereista.*

Tutkimukset	
<u>Äiti:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rintojen kunto</li> <li>• Kohdun supistuminen</li> <li>• Vuoto</li> <li>• Tulehduksen oireet</li> <li>• Repeämän / episiotomian paraneminen</li> <li>• Vanhempien jaksaminen ja mieliala</li> <li>• Kohtutulehduksen oireet</li> </ul>	<u>Vauva:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Paino, päänympärys</li> <li>• Aukileet</li> <li>• Silmät ja suu</li> <li>• Iho ja taivealueet</li> <li>• Napavarren tynkä ja navanpohja</li> <li>• Heijasteet eli refleksit</li> <li>• Vireys ja jäntevyys</li> </ul>
<b>Toiminta SPAT</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1315 Lasten ja nuorten määräikainen terveystarkastus</li> <li>• SPAT1317 Yksilöllisen tarpeen mukainen terveystarkastus</li> </ul> <b>Jatkohoito SPAT</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1339 Uusi vastaanottoaika</li> </ul>	<b>Terveysneuvonta</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vauvan hoito</li> <li>• Imetys ja rintojen hoito</li> <li>• Vanhemmuuteen liittyvät asiat</li> <li>• Parisuhde ja seksuaalisuus</li> <li>• D-vitamiini</li> <li>• Ravitsemus</li> <li>• Lepo ja liikunta</li> <li>• Hygienia</li> <li>• Päihteet</li> <li>• Asianmukainen haavanhoito</li> </ul>

## HEIJASTEET ELI REFLEKSIT

**Moron heijaste eli säpsähdys heijaste:** Kun lapsen ylävartalon annetaan pudota lyhyen matkaa, lapsi heittää symmetrisesti sekä ylä- että alaraajansa sivuille. Moron heijaste häviää yleensä 3 kk:n ikään mennessä.

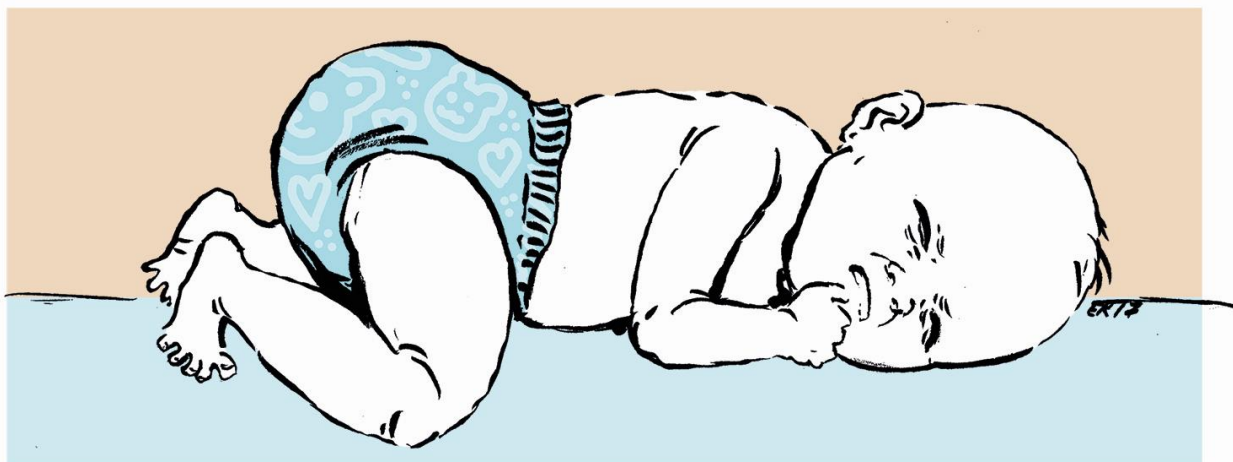
**Kävelyheijaste:** Muutaman ensimmäisen elin viikon aikana lapsi nostelee jalkojaan ja ikään kuin kävelee, kun häntä pidellään kainaloista pystyasennossa ja jalkapohjat koskevat alustaan.

**Niskaheijaste:** Kun lapsen pää selinmakuulla kääntyy sivulle, saman puolen käsi- varsi ja jalka ojentuvat ja vastakkaisen puolen koukistuvat. Heijaste ei välttämättä näy selkeästi, ja se häviää noin 2 kk:n iässä.

**Käsien ja jalkojen tarttumisheijasteet:** Kun vanhempi asettaa sormensa lapsen kämmentä tai jalkapohjaa vasten, lapsi tarttuu siihen sormillaan tai varpaillaan. Tämä heijaste häviää noin 3 kk:n ikään mennessä. Tämän jälkeen lapsi oppii tarttumaan tahdonalaisesti. Aluksi tarttuminen on helpompaa kuin irrottaminen.

**Etsimis- ja imemisheijaste:** Kun lapsen poskea paijataan, hän kääntää päänsä samaan suuntaan ja alkaa etsiä äidin nänniä. Lapsi alkaa imeä saatuaan nännin tai tutin suuhunsa. Tämä heijaste tulee esiin ensimmäisinä elinkuukausina.

**Suojeluheijasteet:** Kun lapsi lasketaan makuulle vatsalleen, hän ottaa käsillään vastaan n. ½ vuoden iässä. Tätä kutsutaan suojeluheijasteeksi eteen. N. 9 kk:n iässä lapsi ottaa istuessaan käsillään vastaan sivuille, ettei kaatuisi kyljelleen. Tätä kutsutaan suojeluheijasteeksi sivulle. N. vuoden iässä lapsi ottaa käsillään vastaan taaksepäin, jos hän meinaa kaatua istualtaan selälleen. Tätä kutsutaan suojeluheijasteeksi taakse.



## JÄLKITARKASTUS

Terveystarkastajan ja lääkärin yhteisvastaanotto 5-12 viikon kuluttua synnytyksestä. Jälkitarkastuksessa käydään läpi synnytys, imetyksen onnistuminen, äidin mieliala ja mahdolliset masennukset merkit. Gynekologisessa tutkimuksessa tarkastellaan limakalvojen kuntoa, kohdun supistumista ja seurataan mahdollisia tulehduksen merkkejä. Käynnin yhteydessä suunnitellaan jatkossa tarvittava raskauden ehkäisy.

<p style="text-align: center;"><b>Tutkimukset</b></p> <p>Jälkitarkastus; gynekologinen tutkimus, RR, Hb, U-gluk, U-prot, U-bakt</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• GDM jatkosuunnitelma</li> <li>• sokerirasitus, kolesteroliarvot, vyötärön ympärys ja RR vuoden päästä synnytyksestä</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Terveysneuvonta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Synnytyksen läpikäyminen</li> <li>• Ravitsemus, liikunta ja lepo</li> <li>• Imetys</li> <li>• Vanhempien jaksaminen, tukiverkko ja oma-aika</li> <li>• Isän työ</li> <li>• Parisuhde, seksuaalisuus ja raskauden ehkäisy, perhesuunnittelu</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Toiminto SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1380 Synnytyksen jälkitarkastus</li> <li>• SPAT1315 Lasten ja nuorten määräaikainen terveystarkastus</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Jatkohoito SPAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SPAT1339 Uusi vastaanottoaika</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Kirjallinen materiaali</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• EPDS- lomake</li> <li>• Todistus Kelalle</li> </ul>



## ÄITIYSPOLIKLINIKALLE LÄHETTÄMISEN INDIKAATIOT

### Äidin krooninen sairaus

- insuliinihoitoinen DM. HbA1-seuranta kuukausittain, tavoite <7,5%
- epilepsia: foolihappolisä 1mg/pv ens. kolmannes, jo raskauden suunnitteluvaiheessa
- sidekudossairaus: LED, Sjögrenin syndrooma, hankala reuma: lääkityksen optimointi
  - synnynnäinen tai hankittu sydänvika: riskit
  - tromboembolinen tauti, trombofiliat esim. APC-resist, aiempi tromboosi (DVT): ohennushoidon aloitus
  - verenvuototauti suvussa, äidillä tai isällä: esim. vonWillebrantin tauti (erit. vaikeat muodot tyypit 2 ja 3), hemofiliat, trombositopenia
  - HIV: hoito Oys
  - kr. suolistotauti; colitis ulcerosa, Crohnin tauti, yl. peruslääkitys
  - astma: yl. peruslääkitys
  - kilpirauhassairaudet: hypotyreoosissa Thyroxin-annokseen 25mikrog. lisäys alkuraskaudessa. TSH suos. <2,5-3mU/l. Kontr. joka rask.kolmanneksella tai jos oireita.

### Autoimmuuni, kilpirauhasen taudit, sisätauti ja äitiyspoliklinikan kontrolli

- verenpainetauti: ei AC-estäjiä eikä diureetteja
- muu vakava verisuoniston tauti
- hoidettu pahanlaatuinen kasvain
- hepatiitti
- krooninen neurologinen tauti

### Hermostoputken sulkeutumishäiriön (spina bifida) ennaltaehkäisy neuvolassa:

- Folaattilisä on tarpeen seuraavissa tapauksissa:
- Päivittäin 1 mg foolihappolisää tabletteina
- Foolihapon puutetta saattavat aiheuttaa epilepsialääkkeistä fenytoiini ja barbituraattijohdannaiset, sekä pitkäaikainen sulfalääkkeiden käyttö, suoliston imeytymishäiriöt (esim. keliakia) tai runsas alkoholin käyttö tai erittäin yksipuolinen ruokavalio
- Foolihappolisää voidaan harkita myös äidin insuliinihoitoisen sokeritaudin, klomifeenihoidon sekä valproaatti- ja karbatsepiinihoidon yhteydessä ja, jos kauempana suvussa on hermostoputken sulkeutumishäiriöitä.
- Päivittäin 4 mg foolihappolisää tabletteina



Perheessä aiemmin ollut (vanhempien yhteisellä lapsella tai jommankumman vanhemman lapsella eri puolisoiden kanssa tai äidillä tai isällä itsellään) keskushermostoputken sulkeutumishäiriö



## ALKURASKAUDEN ONGELMA-AIHEITA

### 1. Anamneesissa

- keskenmenoja kaksi tai enemmän
- aikaisempi kohdunsuun heikkous tai sen epäily
- lapsen menetys
- kohtuleikkaukset, anomalia, myoma

### 2. Sikiöseulonnat

- Varhaisraskauden Down syndr. seula: seeruminäyte (HCG+ PAPP-A) 9+0-11+6 ja uä pyritään tekemään viikolla 12+0-12+6. Asiakas varaa itse ajan. Neuvolasta tiedote ja info jokaiselle äidille.
- Tutkimus ei tarvitse lähetettä ja se on vapaaehtoinen. Muista antaa esite ja muistuttaa, tutkimus ei ole sataprosenttinen
- Rakenneultraääni h 19-20, asiakas varaa ajan itse tai se varataan jo nt-uä:n yhteydessä.

### 3. Hyperemesis

- jos paino laskenut, äidillä oireita ja virtsassa ketoaineita. Nestehoito joko terveyskeskuksessa tai lähete äitipolille.
- kotihoitona pienet ruoka-annokset, kaasuttomat juomat – oks. ärsytys vähäisemmäksi

### 4. Verenvuoto

- Vähäinen verenvuoto tavallista raskausviikolla 6-8
- Muista infektion mahdollisuus
- Lähete gyn.pkl:lle, jos herää epäily extrauteriinisestä raskaudesta: hartiapistos, yskäisykipu, niukka vuoto ja potilaalla on voimakas aristus alavatsalla, lähetetään päivystyksenä, muutoin riittää kiireellinen lähete (1 – 7 vrk).
- Keskenmeno: Kuukautisia runsaampi vuoto ja ajoittaiset kivut
- epäselvissä tapauksissa lähete UÄ-tutkimukseen seuraavana arkena
- spontaani kulku: vuotoa 7-10 pv.
- runsas, hyytymäinen vuoto: päivystyslähete

### 5. Anemia

- Hb < 100g/l tehokkaasta rautalääkityksestä huolimatta keskiraskaudessa, tutkitaan neuvolassa PVK ja S-TFR (transferriniireseptoripitoisuus).

### 6. Alkoholi- ja/tai päihdeongelma

- maininta NT- tai rakenneultraäänilähetteeseen
- haastattelukaavake: Audit-pisteet  $\geq 8$
- moniammatillinen tuki: Kemin A-klin. puh: Mari Sipola: 040-4275615, Kirsi Kinnunen: 050-3409658,

Tornion A-klinikka puh: toimisto 040-8250383; nuorten päihdetyöntekijä 0400-486053; Leinonen Anne: 0400-388715



## KESKIRASKAUDEN ONGELMA-AIHEITA

### 1. Pre-eklampsia

- lähete äitiyspoliklinikalle, jos kohta a) tai b) toteutuu

#### a) RR 30 min levon jälkeen mitattuna

- systolisen paineen nousu  $> 30$  mmHg tai diastolisen paineen nousu  $> 15$  mmHg alkuraskauteen verrattuna
- kahdesti peräkkäisinä päivinä mitattuna systolinen  $> 140$  tai diastolinen  $> 90$
- kertamittauksessa systolinen  $> 150$  tai diastolinen  $> 100$

#### b) Proteinuria

- lievä proteinuria (+) ja verenpaine normaali, poissuljetaan neuvolassa VTI ja bakteuria sekä lisääntynyt valkovuoto (pH) ennen lähettämistä
- proteinuria (vähintään ++) tai subjektiiviset oireet (pönsärky, silmäoireet, rinnanalogi) yhdessä kohonneen verenpaineen kanssa (nousua alkuraskauteen nähden 30/15 mmHg tai enemmän) edellyttävät päivystyslähettä
- huom! Turvotukset ja runsaskin painonnousu ilman verenpaineen nousua ja proteiuriaa ei ole viite pre-eklampsiaa ja voidaan seurata neuvolassa.

### 2. Gestaatiidiabetes

Neuvolassa 2h sokerirasitus h 24-28 kaikille paitsi normaalipainoinen, alle 25v. ensisynnyttäjä, jolla ei sukurasitusta tai alle 40 v. normaalipainoinen uudelleensynnyttäjä, jolla normaalipainoiset aiemmat lapset.

Sokerirasitus kannattaa tehdä, jos nykyisessä tai aiemmassa raskaudessa selkeästi isokoinen sikiö (Sf-mitta yli  $+2$  SD).

Sokerirasitus viikolla 12-14, jos korkea riski:

- glukosuriaa toistuvasti
- sukurasitus
- todettu munasarjojen monirakkulaoireyhtymä (PCOS)
- kortikosteroidilääkitys suun kautta
- aikaisemmassa raskaudessa gestatiidiabetes:

a) korkea BMI: aloitetaan dieettihoito jo alkuraskaudessa ja sokerirasitus h.12-14.

b) insuliinihoitoinen ed. raskaudessa: aloitetaan dieettihoito ja sokerirasitus h.12-14

Jos sokerirasitus on korkean riskin potilailla normaali, uusitaan sokerirasitus H 24-26.

## **SOKERIRASITUKSEN VIITEARVO: (venaplasma)**

0h 5,3, 1h 10.0, 2h 8.6 (mmol/l)

- jos 1 tai useampi arvo patologinen, aloitetaan dieettihoito ja verensokerimittaukset 2 viikon ajan 2-3 kertaa viikossa
- jos verensokeri mittaukset ok, lähete ä-pkl:lle kokoarvioon h 36-37
- jos useita patologisia arvoja (4 – 5 kpl) mittauksissa, lähete ä-pkl:lle lääkityksen tai insuliinin aloituksen arviointia varten.
- Normaaliarvot ennen ateriaa < 5.5 ja tunti aterian jälkeen < 7.8
- jos sokerirasitus normaali, sitä ei tarvitse uusua, vaikka glukosuria jatkuisikin.
- synnytyksen jälkeinen seuranta: vuoden kuluttua synnytyksestä 2 h

sokerirasitus, rasva-arvot ja RR, jos nämä kunnossa – paastoverensokeri vuosittain avoterveydenhuollossa. Insuliinihoitoisen raskausdiabeteksen jälkeen tehdään 2 h sokerirasitus jälkitarkastuksen yhteydessä.

**HUOM! DIABETEKSEN KEHITTYMINEN ON SUORAAN VERRANNOLLINEN BMI: IIN !**

Jos BMI > 35, diabeteksen kehittymisen riski on n.95%.

Huomioi, että vaikka sokerirasitus olisi normaali niin ylipainoisella (BMI 25 tai enemmän) makrosomian kehittyminen korreloi painonnousuun ilman patologista sokerirasitustakin!

### **3. Supistelu ja uhkaava ennenaikaisuus**

Arvioidaan

- supistuksia; kipu, säännöllisyys
- vuotoa; verinen vuoto, vereslimainen vuoto
- painontunnetta ja tarv. cervix-statusta; pituus, kiinteytys, aukinaisuus
- lisääntynyt valkovuoto, ota pH, bakteeriviljely, klamydianäyte.

Merkintä neuvolakorttiin.

- Pahanhajuisen vuodon hoito ilman viljelyä, koska aerobiviljelyssä anaerobit eivät kasva!

1) jos H22 - 34 herää epäily lapsivedenmenosta (pH >7) tai äidillä säännöllisiä, kivuliaita, huolestuttavia supistuksia < 15 min. välein, tehdään päivystyslähete. Viikkotilanteesta riippuen konsultoidaan puhelimitse päivystävää gynekologia: 040-484 4947, äitipoli: 040-484 4944

2) mikäli supistukset lievempiä kiristelyitä, mutta viljelyvastauksessa on StrB eli GBS tai

E.coli ++/ +++, kannattaa konsultoida ä.poliklinikkaa ennenaikaisuuden riskien arvioimiseksi, esim. Actim partus-testi. Antibioottihoito voi vähentää subkliinistä tulehdusreaktiota ja vähentää ennenaikaisuuden riskiä (Sarris: Training in Obstetrics and Gynaecology )

### 3) Paikallistulehdukset:

- virtsatieinfektio aiheuttajabakteerin mukaan

Th: pivmesillinaami, nitrofurantoiini

- kahden tulehduksen jälkeen estohoito, nitrofurantoiini
- bakteerivaginoosi: vuoto pahanhajuista, KOH-testi+,

Th: klindamysiinivoide, tai metronidatsoli puikkoina

- aerobi vaginoosi = vanha termi ” dekvamoiva inflammatorinen vaginiitti”
- streptokokkikolonisaatio ++/+++ valkovuodon viljelyssä ja valkovuoto-oireita, hoitoksi Gynocaps tai VagiC iltaisin
- E-coli ++/+++ ja oireita: Gynocaps tai VagiC iltaisin
- muut viljelyssä esiintyvät bakt. eivät kovin virulentteja: Gynocaps-profyl.

Gynocaps emätinpuikkoja voi käyttää joka toinen ilta ennalta ehkäisevästi ja antibioottihoitojen ajan sekä residiviin estoon vahvistamaan omaa laktobasilliflooraa.

### 4. Kohdun kasvun poikkeavuudet/ Huoli sikiön voinnista

- kohdunpohjamittaukset aloitetaan, kun raskaus on kestänyt 24-26 viikkoa
- jos todetaan > 2 cm poikkeama normaalikäyrästä, kontrolloidaan mittaus 2 viikon kuluessa. Jos kontrollissa poikkeama säilyy, tehdään lähete äitiyspoliklinikalle.
- Sikiön kasvun hidastuma tai makrosomia olisi hyvä havaita h 36-38 mennessä
- Viikolla 34-36 aloitetaan liikelaskenta.
- Liikelaskennassa vähentyneet liikkeet: <10 liikettä/tunti toistetusti, tehdään päivystyslähete
- Poikkeava syke: pysyvästi >180 tai <110/min
- Fetus mortus päivystyksenä, soita etukäteen

### 5. Raskaushepatoosi

- jos H22 jälkeen ilmaantuu kutinaa, tutkitaan neuvolassa S-ALAT ja sappihapot (tilaa päivystyksenä). Huom. S-AFOS on koholla raskausaikana, istukkaperäistä
- jos aikaisemmassa raskaudessa ollut raskaushepatoosi, tutkitaan neuvolassa S-ALAT ja sappihapot H34-36 lähtien, vaikka potilas olisi oireeton, tai jo aiemmin, jos kutinaa ilmaantuu



- s-sappihapot: viitearvo 6
- jos sappihapot 10-20 kontrolli neuvolassa +2vko:n päästä
- jos sappihapot yli 20 tai ALAT >100, lähete ä-pkl:lle kiireellisenä, ei päivystys

jos sappihapot reilusti yli 20, voi puhelimitse konsultoida äitipolin lääkärää



## LOPPURASKAUDEN ONGELMA-AIHEITA

### LIIKELASKENTA OHJEET

#### KAIKILLE VIIMEISEN RASKAUSKUUKAUDEN AJAKSI!

##### 1. Tarjonta

- perätilat ja muut poikkeavat tarjonnat lähetetään H 36

##### 2. Ensisynnyttäjät lähetetään H36-38 sikiön koon ja lantion arviointia varten

##### 3. Synnytystapa-arvio ä-pkl (H36-38)

- jos edellinen synnytys päätynyt sektioon tai anamneesissa muu kohtuleikkaus
- epäiltäessä lantion ahtautta tai suhteellista epäsuhtaa, lähetetään viimeistään

H38

##### 4. Yliaikaisuus

- kun normaali raskaus on kestänyt yli lasketun ajan, varataan puhelimitse aika äitiyspoliklinikalle. Aika polille annetaan viimeistään, kun raskaus on kestänyt 10 päivää yli lasketun ajan.

Huom. Sikiön kasvun hidastuma/ makrosomia on syytä arvioida suunnilleen h. 38 maastossa.

##### 5. Päivystyslähetteen aiheita

- mikäli harkitset potilaan lähettämistä päivystyksenä, tarvittaessa konsultoi ensin puhelimitse äitiyspoliklinikkaa puh. 040-4844944, päiv. gynekologi:040-4844947 tai synnytyssali 040-4844945 tai 040-4844946

##### 1. Runsas verenvuoto H18-20 lähtien äitiyshuoltoon, sitä ennen gyn./ päiv. pkl.

- voi olla merkki ennenaikaisesta istukan irtoamisesta
- tarvittaessa nesteensiirto kuljetuksen ajaksi ja ilmoitus synnytyssairaalaan

##### 2. Sikiön voinnin huononeminen loppuraskaudessa

- liikkeet vähentyneet: ANNA KAIKILLE ÄIDEILLE VIIMEISTÄÄN VIKOLLA 36 LIIKELASKENTAOHJE!
- poikkeava syke: 2 kertaa kuunneltuna, harkinnan mukaan voi lähettää CTG-seurantaan

##### 3. Oireinen ja vakava pre-eklampsia

##### 4. Ennenaikainen lapsivedenmeno ja synnytyksen uhka (< H37)

##### 5. Korkeat sappihappoarvot

##### 6. Infektioiden hoito

## KORKEAKUUMEISTEN ÄITIEN SIKIÖT RISKISSÄ:

### CTG-KONTROLLIT, TARTUNTOJEN EHKÄISY MUIHIN POTILAIISIIN!

#### 1. Virusinfektiot ja toksoplasmoosi

- herpes genitalis: jos primääri-infektio raskausaikana (näyte tk:ssa ja asikloviirilääkitys aloitetaan 200 mg x5 5 vrk). Jos raskausaikana todettu primääri tai relapsi aloitetaan noin 2-4 viikkoa ennen laskettua aikaa asikloviiriprofylaksia annoksella 400 mg x 2 / vrk, jos loppuraskaudessa herpesoireita lähetetään ä-pkl synnytystapa-arviota varten.
- vesirokko: n. 90-95%:lla vasta-aineita. Odottavan äidin altistuessa vesirokolle, määritetään ensin neuvolassa vasta-aineet mahdollisimman pian: IgG-vasta-aineet on osoitus aiemmin sairastetusta vesirokosta, tuoretta vesirokkoinfektiota osoittavat IgM-vasta-aineet. Jos IgG va negatiiviset aloitetaan asikloviiriprofylaksia 7 pv sisällä. Mikäli korkea kuume, pneumoniittiepäily, runsaasti rakkuloita tai nielu kipeytyy, suositellaan sairaalahoitoa infektio-osastolla ja suonensisäistä asikloviirihoitoa. Huom! Ei äitiyspoliklinikalle!
- Parvorokko: alkuraskauden parvorokkoepäily varmistettava serologisesti ( IgG- ja IgM-vasta-aineet) ja mikäli todetaan tuore parvorokko, tehdään lähete ä-polille.
- Toksoplasmoosi: jos herää epäily akuutista toksoplasmoosista, neuvolassa tutkitaan vasta-aineet, IgG-aviditeetti ja tarvittaessa pariseerumi. Seronegatiivisen tulee varoa raakaa lihaa, multaisia vihanneksia ja kissan ulosteita.
- Kondyloomat: jos laajat, voi lähettää arvioon
- Hepatiitit: jos epäily akuutista hepatiitista, lähetetään äitipolille
- Vanha hepatiitti tartunta: merkintä nla-korttiin



## KEMIN NEUVOLOIDEN YHTEYSTIEDOT JA AJANVARAUS

Kemissä äitiysneuvolatoimintaa on Sauvosaaren, Karihaaran ja Syväkankaan kaupunginosissa. Vastaanotto toimii ajanvarauksella, puhelinaika asiakkaille on arkisin klo 11-12.

Henkilökunnan sähköposti: [etunimi.sukunimi@kemi.fi](mailto:etunimi.sukunimi@kemi.fi)

### **Terveydenhoitopalveluiden osastonhoitaja**

puh. 040 725 1403

### **Sauvosaaren äitiys- ja ehkäisy / perhesuunnitteluneuvola**

puh. 016 259 786

Sauvosaarenkatu 27, 94100 Kemi (Huvikumpu)

### **Karihaaran äitiys- ja ehkäisy / perhesuunnitteluneuvola**

puh. 016 259 789

puh. 016 259 790

Purolankatu 3, 94200 Kemi

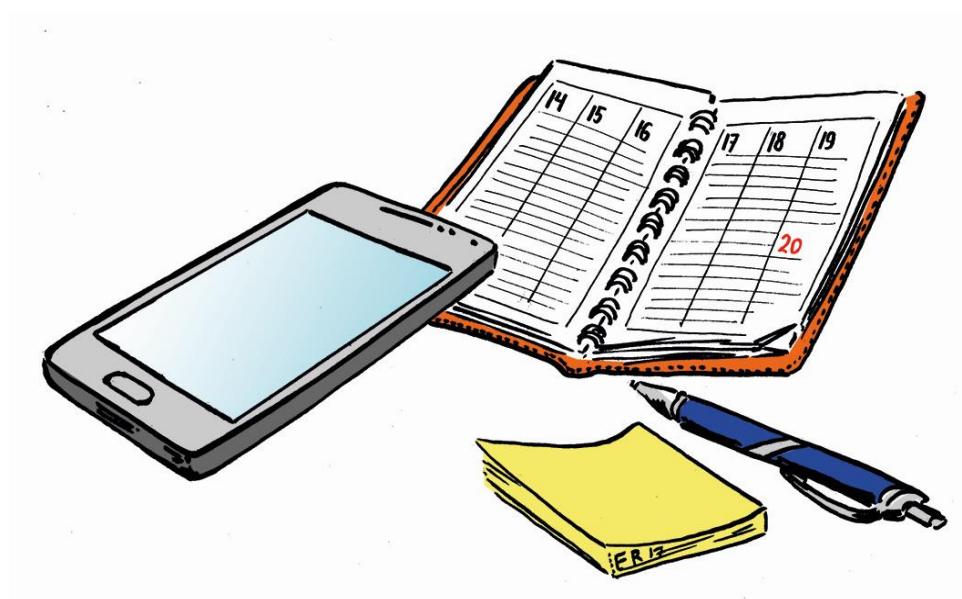
### **Syväkankaan äitiys- ja ehkäisy / perhesuunnitteluneuvola**

puh. 016 259 799

puh. 016 259 804

Kivalontie 19, 94700 Kemi

**Rytikarinneuvolan** toiminta on päättynyt 1.1.2017 alkaen ja sen asiakkaat asioivat sau-  
vosaarenneuvolassa.



## NEUVOLOIDEN YHTEISTYÖKUMPPANEIDEN YHTEYSTIEDOT

### **A-Klinikka** (Kemi, Keminmaa, Tervola, Simo)

Keskuspuistokatu 30 B, 94100 KEMI

p. 016 259 751, 050 3409 658, 050 4665 003

Päihdekuntoutumisyksikkö Pihla

Oklaholmankatu 20, 94700 KEMI

p. 016 259 574

### **Fysioterapia**

<http://www.lpshp.fi/fi/osastot/kuntoutus-ja-fysiatria/fysioterapiaoasto.html>

### **Kela**

[www.kela.fi](http://www.kela.fi)

### **Kemin poliisiasema**

Valtakatu 28, 94100 Kemi

Pöytäkirjatilaukset: asiakirjatilaukset.lappi(at)poliisi.fi tai p. 0295 466 469

Poliisi: p. 0295 416 841, rikostutkinta puh arkisin 8-16 0295466156, f. (016) 319 465

Palvelupäivystys (rikosilmoitusten vastaanotto) avoinna 9-15.30

### **Kriisikeskus Turvapoiju / Meri-Lapin Mielenterveysseura ry**

Kaivokatu 5, 94100 KEMI

puh. 040 544 1750

sähköposti: etunimi.sukunimi(at)turvapoiju.fi

Avoinna: ma, ke, to klo 9-16, ti klo 10-17, pe 9-15 ajanvaraus klo 10-14,

puh 040 544 1750

### **Laboratorio Nordlab**

Toimisto tiedustelut klo 7-14 puh. 040 149 1303

### **Lapsiperheiden kotipalvelu**

Palveluohjaaja 050 406 2137

sosiaalityöntekijä Minna Alapuranen 040 509 2687

sosiaalihoaja Anu Rajaniemi 016 258 784

sosiaalihoaja / jälkihoito Krista Pitkänen 040 840 0898

**L-PKS 1B Vastasyntyneiden tarkkailuosasto**

040 740 2465

**L-PKS Synnytys- ja naistentaudit**

Synnytyssali, kättilö 040 149 1281

Hoitajien kanslia 040 149 1279

Osastonsihtööri 040 140 1277

**Lastensuojelu**

Keskuspuistokatu 30, 3krs, 94100 Kemi

sosiaalityöntekijä Nina Matinlassi 016 258 788

sosiaalityöntekijä Päivi Leinonen 016 258 781

sosiaalityöntekijä Ninna Junnonaho 016 258 796

sosiaalityöntekijä Päivi Ränä 016 258 776

**Lastenvalvojat**

Lastenvalvoja sosiaalityöntekijä Sari Huhta 016 258 779 arkisin 12-13

Lastenvalvoja sihtööri Marja Ylioinas 016 258 782 arkisin 8-16

**Lääkekeskus Fimea**

Puh. vaihde: 029 522 3341

**Mielenterveystoimisto**

Kauppakatu 5 A, 94100 KEMI

Fax: 016 259 185

Puhelinpäivystys arkisin klo 8.15 – 11.00 puh. 050 431 7713

Käyntipäivystys arkisin klo 12.00 – 13.00, käyntipäivystysaika sovitaan puhelinpäivystyksen kautta.

Mielenterveysaseman palvelusihtööri palvelee klo 8.00 – 14.00 numerossa 016 259 112.

**Nuorisopsykiatria**

Poliklinikka sijaitsee Länsi-Pohjan keskussairaalan takana punaisessa kerrostalossa osoitteessa Kauppakatu 25, 94100 Kemi. Käynti Merikatu 3:n puolelta.

Asiakasyhteydenotot Psykiatrian poliklinikan numeroon 040 774 3891

Päivystävä sairaanhoitaja 040 774 3891

Osastonhoitaja 040 836 9514

Osastosihtööri 040 481 1989



**Oulun yliopistollinen sairaala**

Potilastiedustelu (08) 315 3106  
Oulun yliopistollinen sairaala (OYS)  
Vaihde (08) 315 2011

OYS Synnytysosasto ja synnyttäjien vastaanotto  
Osastonylilääkäri: Marja Vääräsmäki  
Osastonhoitaja: Tiina Kemppainen  
Postiosoite: OYS, Synnytysosasto, PL 23, 90029 OYS  
Käyntiosoite: Kajaanintie 50  
Puh: 08-315 3198

**Perheneuvola**

Kemin kaupungin Perheneuvola, Keskuspuistokatu 28, 94100 KEMI  
perheneuvola@kemi.fi

Perheneuvolan sosiaalityöntekijät Marita Anttila 040 630 3532 ja Heli Hiltula 040 637 4788  
Puheterapeuteille ajanvaraus suoraan työntekijöiltä 040 630 3898 / Satu Hiltunen tai 040 630 4762 /Hanna Perkiö

**Perhetyö**

Perhetyön toimisto on Kemin Perhekeskuksessa;  
Sauvosaarenkatu 27, puh. 040 162 9067

perhetyöntekijä Tarja Evesti 050 427 5651  
perhetyöntekijä Tiina Luukkala 050 427 5650  
perhetyöntekijä Mirva Harju 050 427 5653  
perhetyöntekijä Hanna Oilinki 040 746 4357  
perhetyöntekijä Sirpa Klemetti 050 427 5652  
perhetyöntekijä Jorma kotiranta 040 667 2224

**Ravitsemusterapeutti L-PKS**

puh. 040 488 9529

**Seurakunta**

Kirkkoherranvirasto, avoinna ma klo 8-17, ti-pe klo 9-14  
Puh. 040 848 9347  
Faksi 016-221 379  
kirkkoherranvirasto.keminseurakunta(at)evl.fi  
Perhetyö Puh. 040 089 4214

**Sosiaalityöntekijä**

sosiaalityöntekijä Satu Oinas 016 258 777  
 vs. sosiaalityöntekijä Eija Miettunen 016 258 785  
 Sosiaalityöntekijä Jari Savikuja 016 258 783  
 Sosiaaliohjaaja Anne Hiukka 016 258 770  
 Sosiaaliohjaaja Heidi Närhilä 016 258 797

**SPR Veripalvelu**

Neuvolanäytetointo palvelee ma-to klo 8–16 ja pe klo 8–15  
 p. 050 374 2736 faksi 029 300 1607  
 neuvolanaytetutkimukset(at)veripalvelu.fi

**Suunterveydenhuolto**

Karihaaran hammashoitola  
 Purolankatu 3, 94200 Kemi. puh. 016 259 769  
 Sauvosaaren hammashoitola  
 Kivalontie 19, 94700 Kemi. puh. 016 259 769  
 Syväkankaan hammashoitola  
 Kivalontie 19, 94700 Kemi. Puh. 016 259 769

**Tulkkipalvelu**

Polaris kielipalvelut 044 7700 700

**Vastaanottokeskus Kemi SPR**

040 480 6084  
[kemivok@vokki.fi](mailto:kemivok@vokki.fi)

**Väestöliitto**

<http://www.vaestoliitto.fi/>  
 Sähköpostiosoite: etunimi.sukunimi@vaestoliitto.fi  
 Puhelinvaihte: (09) 228 050

**Äitiyspoliklinikka:**

Sihteeri 040 149 1275(ajanvaraus)  
 Sihteeri 040 8284 908 (ei potilaille)  
 Kätilö äitiyspoliklinikka 040 4844944  
 Synnytyssali kätilö 1: 040 4844945  
 Synnytyssali kätilö 2: 040 4844946  
 Lääkäri Eila Knuuti 040 4812355

## LÄHTEET

Ellilä, M., Hakulinen-Viitatnen, T., Häkkinen, H., Jouhki, M-R., Kampman-Nikulainen, T., Keravuo, R., Klementti, R., Lang, L., Lehtomäki, L., Liira, H., Paahtama, S., Pelkonen, M., Pouta, A., Rahkonen, E., Raudaskoski, T., Raussi-Lehto, E., Rätty, H., Uotila, J., Vallimies-Patomäki, M., Virtanen, T. & Ylä-Soininmäki, T. 2013. Äitiysneuvolaopas. Tampere: Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy.

Evira 2016. Elintarvikkeiden turvalliseen käyttöön liittyviä yleisiä ohjeita. Viitattu 27.3.2017 [https://www.evira.fi/globalassets/elintarvikkeet/tietoa-elintarvikkeista/elintarvikevaarat/elintarvikkeiden-kayton-rajoitukset/16.11.evira\\_taulukko1.pdf](https://www.evira.fi/globalassets/elintarvikkeet/tietoa-elintarvikkeista/elintarvikevaarat/elintarvikkeiden-kayton-rajoitukset/16.11.evira_taulukko1.pdf)

Isyyslaki 11/2015

Juuti, P. & Vuorela, A. 2015. Johtaminen ja työyhteisön hyvinvointi. 5. uudistettu painos. Juva: PS-Kustannus

Kansanterveyslaki 66/1972

Kemin kaupunki. 2017. Neuvolat viitattu 3.4.2017 <http://www.kemi.fi/palvelut/terveyspalvelut/neuvolat/>

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 785/1992

Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä 28.6.1994/559

Lastensuojelulaki 417/2007

Lehtinen, T. & Seppälä, T. 2016. Mitä työnohjaus on? Viitattu 3.4.2017 <http://tyonohjaus.net/tyonohjaus/>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2017. Kehitysvaiheet eli refleksit. Viitattu 14.4.2017 [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu\\_ja\\_kehitys/0\\_1-vuotias/mita\\_ihmeen\\_heijasteita/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/0_1-vuotias/mita_ihmeen_heijasteita/)

Mölläri, K., Saukkonen S-M & THL 2016. Perusterveydenhuollon avohoidon ilmoitus 2017. Viitattu 27.3.2017 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130436/URN\\_ISBN\\_978-952-302-652-0.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/130436/URN_ISBN_978-952-302-652-0.pdf?sequence=1)

Paananen, U-K., Pietiläinen, S., Raussi-Lehto, E. & Äimälä, A-M. 2015. Kätilötyö. 6. uudistettu painos. Keuruu: Otava Oy

Perusterveyden-huollon avohoidon hoitoilmoitus (Avohilmo). Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2016. Viitattu 27.3.2017 <https://www.thl.fi/fi/tilastot/tiedonkeruut/perusterveydenhuollon-avohoidon-hoitoilmoitus-avohilmo>

Suomen perustuslaki 731/1999

Tartuntatautilaki 583/1986

Terveydenhuoltolaki 30.12.2010/1326

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2017. Terveysneuvonta. Viitattu 3.4.2017

[https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys\\_ja\\_lastenneuvola/aitiysneuvola/terveysneuvonta](https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys_ja_lastenneuvola/aitiysneuvola/terveysneuvonta)

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2016. Elintavat ja ravitsemus; Raskausaika. Viitattu 27.3.2017 <https://www.thl.fi/fi/web/elintavat-ja-ravitsemus/ravitsemus/suomalaisten-ravitsemus-ja-ruokailu/raskausaika>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2016. Isyyden selvittäminen.

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2015. Äitiysneuvola. Viitattu 22.2.2016 [https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys\\_ja\\_lastenneuvola/aitiysneuvola](https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/aitiys_ja_lastenneuvola/aitiysneuvola)

Tiitinen, A. 2016. Raskausaika ja päihteet. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 1.4.2017 [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00966](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00966)

Tiitinen, A. 2016. Äitiysneuvolan lääkärikäynnit. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 14.4.2017 [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00885#s4](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00885#s4)

Työterveyslaki 738/2002

Työturvallisuuskeskus. Työhön perehdyttäminen ja työnopastus. Viitattu 14.2.2017 [http://ttk.fi/tyohyvinvointi\\_ja\\_tyosuojelu/toiminta\\_tyopaikalla/vastuut\\_ja\\_velvoitteet/tyohon\\_perehdyttaminen\\_ja\\_tyonopastus](http://ttk.fi/tyohyvinvointi_ja_tyosuojelu/toiminta_tyopaikalla/vastuut_ja_velvoitteet/tyohon_perehdyttaminen_ja_tyonopastus)

UKK-instituutti. 2016. Liikunta raskauden aikana. Viitattu 1.4.2017 [http://www.ukkinstituutti.fi/tietoa\\_terveysliikunnasta/liikunnan\\_vaikutukset/liikunta\\_raskauden\\_aikana](http://www.ukkinstituutti.fi/tietoa_terveysliikunnasta/liikunnan_vaikutukset/liikunta_raskauden_aikana)

Valtioneuvoston asetus seulonnoista 339/2011

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 338/2011

Valvira 2008. Salassapito- ja vaitiolovelvollisuus. Viitattu 3.4.2017 [https://www.valvira.fi/terveydenhuolto/hyva-ammattinharjoittaminen/salassapito/salassapito-ja\\_vaitiolovelvollisuus](https://www.valvira.fi/terveydenhuolto/hyva-ammattinharjoittaminen/salassapito/salassapito-ja_vaitiolovelvollisuus)

Äitiysavustuslaki 477/1993